

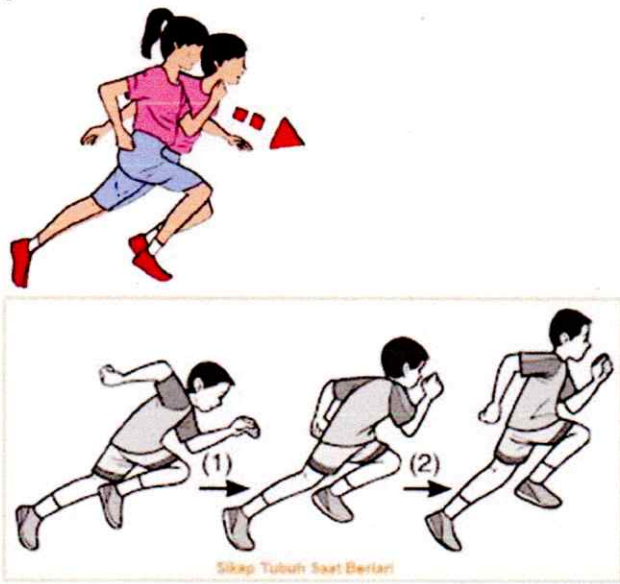
## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN 47 SELUMA  
 Kelas / Semester : 6 / 1  
 Tema : Atletik (Lari Cepat / Sprint)  
 Sub Tema : Gerakan Lari  
 Pertemuan : 2  
 Alokasi waktu : 1 X pertemuan

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu menjelaskan gerakan lari dalam olahraga atletik lari cepat dengan tepat.
2. Setelah berdiskusi, siswa mampu mempraktikkan gerakan jalan dalam olahraga atletik lari cepat dengan lancar.

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kelas dimulai dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (<b>Religius dan Integritas</b>)</li> <li>2. Guru membariskan siswa dan mengabsen</li> <li>3. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan.</li> </ol>	10 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang gerakan lari cepat. Dengan menggunakan Vidio dan gambar dan gerakan contoh dari guru</li> </ol> <div style="text-align: center;">  <p style="text-align: center; font-size: small;">Sikap Tubuh Saat Berlari</p> </div> <p><b>Menanya</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan</li> <li>2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami.</li> </ol> <p><b>Menalar</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan gerakan lari cepat.</li> <li>2. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak.</li> <li>3. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan memperagakan cara gerakan lari cepat dengan bimbingan guru</li> <li>4. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang telah dilakukan</li> </ol>	120 menit

	<p>5. Guru menanyakan kepada siswa apakah siswa telah paham tentang kegiatan yang telah dilakukan.</p> <p><b>Mencoba</b></p> <p>1. Siswa membentuk kelompok yang terdiri atas lima sampai sepuluh orang, kemudian mempraktikkan cara gerakan lari cepat secara bersama-sama. <b>(Gotong Royong)</b></p> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <p>1. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lisan kepada teman temanya. <b>(Mandiri)</b></p> <p>2. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan secara lisan di depan teman dan guru.</p>	
<b>Kegiatan Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salam dan do'a penutup.</li> </ul>	10 menit

### C. PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubrik penilaian.

#### A. Gerak Lari

Kriteria	Skor 4	Skor 3	Skor 2	Skor 1
Gerakan Lari	<p>1. Mampu mempraktekan teknik dengan baik</p> <p>2. Mampu mempraktekan teknik cukup baik.</p> <p>3. Mampu mempraktekan teknik kurang baik.</p>	Memenuhi kriteria 2	Memenuhi kriteria 3	Tidak memenuhi semua kriteria

### D. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku BSE Penjas Orkes Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan/Deni Kurniadi, Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional,2010.
2. Internet websitedukasi.com
3. Video/slide/gambar gerakan lari cepat.

Mengetahui  
Pit Kepala Sekolah,



**ALAMSYAH, S.Pd**  
NIP 196909011994051001



Talang Beringin, 10 Nopember 2021  
Guru PJOK Kelas VI



**ALAMSYAH, S.Pd**  
NIP 196909011994051001

